

Association, loi 1901

N° de déclaration DDTE : 9 313 12503 13

N° de déclaration d'existence Jeunesse et Sport : 1386 S-96

N° de SIRET : 413 298 373 000 23

N° de SIREN : 413 298 373

**PREPARATION AUX EPREUVES DES TESTS D'ENTREE EN FORMATION  
du BP JEPS Activités de la Forme  
Dates à venir très prochainement  
(Formation facultative et payante)**

**P U B L I C**

Toute personne ayant plus de 17 ans au moment de l'inscription et souhaitant préparer les tests d'entrée en formation au Brevet Professionnel JEPS Spécialité Educateur Sportif mention Activités de la Forme options cours collectifs et/ou haltérophilie-musculation

**O B J E C T I F S**

- perfectionnement en technique des différentes activités de la forme : suivi en cours collectif et/ou haltérophilie-musculation,
- préparation aux épreuves physiques des tests d'entrée en formation

**C O N T E N U D E L A P R E P A R A T I O N**

**Préparation aux épreuves physiques obligatoires**

**Option Cours Collectifs**

- ◆ Test de Luc Léger (épreuve de course)
- ◆ Suivi de cours : formation portant sur le perfectionnement personnel dans les différentes activités de cours collectifs (échauffement, STEP, LIA, stretching)

**Option Haltérophilie-Musculation**

- ◆ Test de Luc Léger (épreuve de course)
- ◆ Développé couché
- ◆ Squat
- ◆ Tractions

**HORAIRES**

**9h – 12 h et 13h30 – 16h30**

**LIEUX :**

**A.P.F.A, Espace Saints Anges : 272 avenue de Mazargues – 13008 Marseille**

**SET SQUASH : 265 avenue de Mazargues – 13008 Marseille**

**DUREE ET COÛT DE LA FORMATION**

**Formation qualifiante dispositif de la formation continue (Compte Personnel de Formation)**

- 1<sup>er</sup> samedi : passage des TEP, bilan et objectifs d'entraînement personnalisé
- 2<sup>ème</sup> samedi : suivi de l'évaluation de la progression et réajustement de l'entraînement personnalisé
- Soit 100 € pour 1 samedi, 150 € pour les 2 samedis

**NB : la formation ne pourra être dispensée qu'avec un minimum de 5 candidats inscrits.**